

Edukasi Pemakaian Bahan Obat Alami untuk Pengobatan Asam Urat bagi Lansia di Posyandu Lansia Aster Ipuh Mandiangin Kota Bukittinggi

Mhd. Riza Marjoni*¹, Ainun Naim², Zulfisa³, Mevy Trisna⁴

^{1,2,3,4}Akademi Farmasi Dwi Farma Bukittinggi, Indonesia

*e-mail: mhdriza.marjoni@gmail.com¹, ainunnaim.dwifarma@gmail.com², zulfisa.fisa@gmail.com³,
mevy.trisna70@gmail.com⁴

Abstrak

Memasuki usia tua, asam urat atau gout dapat menyebabkan berbagai keluhan seperti jempol kaki terasa sakit, kaku, dan bengkak yang dapat berlangsung selama beberapa hari bahkan beberapa minggu. Terdapat beragam jenis pengobatan yang bisa dilakukan untuk mengatasi keluhan akibat kelebihan asam urat tersebut, salah satunya adalah dengan menggunakan tanaman obat. Penggunaan tanaman obat ini, selain lebih hemat, penggunaan tanaman obat juga tidak menimbulkan efek samping yang berbahaya. Melihat kondisi tersebut, maka Tim Pengabdian Masyarakat melakukan pengabdian berupa edukasi terhadap pemakaian bahan obat yang berasal dari alam untuk mengatasi keluhan akibat meningkatnya kadar asam urat bagi lansia. Pengabdian dilakukan di Posyandu Lansia Aster Ipuh Mandiangin Kota Bukittinggi. Metode yang digunakan dalam pengabdian ini adalah pemeriksaan langsung kadar asam urat dan edukasi tentang tanaman obat untuk mengatasi asam urat. Edukasi ini mempunyai dampak positif bagi lansia dalam mengatasi keluhan akibat naiknya kadar asam urat dengan memanfaatkan tanaman yang ada disekitarnya.

Kata kunci: Asam Urat, Edukasi, Obat Tradisional, Lansia

Abstract

In old age humans, gout or gout can cause various complaints such as sore toes, stiffness, and inflammation that can last for several days or even weeks. various types of treatment that can be done to overcome complaints due to excess uric acid, one of which is by using medicinal plants. The use of these medicinal plants, in addition to being more efficient, the use of medicinal plants also does not cause harmful side effects. Based on these conditions, the Team provided education on the use of natural medicines to overcome complaints due to rising uric acid levels. activities are carried out in Posyandu Lansia Aster Ipuh Mandiangin Bukittinggi city. The method used in this service is direct measurement of uric acid levels and education about medicinal plants to treat gout. This education has a positive impact for the elderly in overcoming complaints due to rising uric acid levels by utilizing natural medicinal plants that are around them.

Keywords: Education, Gout, Old People, Traditional Medicine

1. PENDAHULUAN

Masyarakat Indonesia saat ini sudah mulai terbiasa dengan penggunaan berbagai jenis obat-obatan dengan tujuan menyembuhkan penyakit, mengontrol, ataupun sebagai suplemen untuk menunjang aktifitas sehari-hari. Hal ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor seperti perkembangan penyakit, produksi berbagai jenis obat-obatan dan suplemen serta mulai diberlakukannya jaminan kesehatan nasional yang memungkinkan masyarakat mendapatkan akses yang lebih mudah untuk mendapatkan pengobatan (Kemenkes RI, 2014).

Perkembangan tersebut menimbulkan berbagai dampak positif maupun negatif. Dampak positif yang dapat terlihat adalah semakin banyaknya masyarakat yang mulai peduli terhadap kesehatan dengan memeriksakan diri ke tempat-tempat pelayanan kesehatan (Price, Sylvia Anderson, 2006). Salah satu penyakit yang banyak diderita oleh masyarakat terutama lansia adalah kelebihan asam urat/gout. Gout atau asam urat merupakan kelompok penyakit heterogen sebagai akibat deposisi Kristal monosodium urat pada jaringan, akibat gangguan metabolisme berupa hiperurisemia (Liebman et al. 2007), Manifestasi klinik arthritis gout meliputi akumulasi Kristal pada jaringan yang merusak tulang (tofus), batu urat dan nefropati gout. Gout merupakan penyakit yang didominasi oleh laki-laki dengan rasio 20. Keluhan asam urat sebenarnya sudah bias dirasakan pada saat usia muda, akan tetapi mulai memasuki puncak adalah pada usia diatas

40 tahun (Jordan et al, 2007), Sementara itu, perempuan jarang menderita penyakit ini terutama sebelum menopause dan gejala baru dirasakan setelah memasuki masa menopause. Gout arthritis terutama melibatkan sendi peripheral pada kaki dan tangan sehingga keluhan utama yang dirasakan oleh penderita adalah nyeri pada sendi kaki dan tangan (Tehupeiory, ES' 2006).

Warga kelurahan Ipuh Mandiangin khususnya Posyandu lansia "Aster" Ipuh Mandiangin adalah sekelompok para lansia yang belum paham mengenai Pencegahan Asam Urat sehingga perlu dilakukan pendidikan kesehatan kepada warga kelurahan Ipuh Mandiangin sekaligus pemeriksaan asam urat para lansia tersebut. Kegiatan seperti ini sudah sering juga dilakukan didaerah lain sesuai dengan prevalensi penyakit sendi secara nasional. Kegiatan serupa juga telah dilakukan oleh Pomarida simbolon dkk di daerah tigabinanga karo Sumatera Utara (Simbolon dkk, 2019).

Akademi Farmasi Dwi Farma Bukittinggi sebagai salah satu bagian dari tenaga kesehatan saat ini mulai menampakan jati dirinya dan memberdayakan kelompok kemasyarakatan untuk mengembangkan dan mengaplikasikan salahsatu dharma perguruan tinggi yakni pengabdian terhadap masyarakat.

Dalam kegiatan pengabdian ini, kami melakukan edukasi tentang pemanfaatan tanaman disekitar tempat tinggal para lansia untuk mengatasi berbagai keluhan yang ditimbulkan akibat peningkatan kadar asam urat dalam tubuh. Metode yang kami gunakan adalah sosialisasi tentang pemanfaatan dan penggunaan bahan alam disekitar tempat tinggal yang mampu mengatasi keluhan yang diderita terutama asam urat sekaligus pemeriksaan kadar asam urat dari lansia tersebut. Edukasi dan pemeriksaan asam urat kepada masyarakat di lakukan dengan metode tatap muka agar tim dapat berinteraksi secara langsung dengan masyarakat pengguna terutama lansia sekaligus melakukan pemeriksaan kadar asam urat bagi para lansia. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat bahaya penyakit asam urat, bagaimana melakukan pencegahan supaya tidak mengalami kelebihan asam urat serta bagaimana memanfaatkan tumbuhan disekitar pekarangan untuk mengatasi asam urat tersebut.

2. METODE

Metode yang dilakukan, yaitu melalui sosialisasi kepada masyarakat terutama posyandu Lansia Aster Ipuh Mandiangin Kota Bukittinggi dalam hal pemanfaatan tanaman obat untuk mengatasi keluhan akibat peningkatan kadar asam urat.

Metoda yang dilakukan dalam pengabdian ini adalah:

- a. Metode observasi lapangan, dilakukan untuk memetakan tempat dan lokasi pengabdian kepada masyarakat khususnya di Kelurahan Campago Ipuh mandiangin Kota Bukittinggi.
- b. Edukasi tentang pemanfaatan tanaman obat sebagai pengobatan alternative penyakit kelebihan asam urat dilakukan di Posyandu lansia Aster Ipuh Mandiangin Kota Bukittinggi.

Tahapan yang dilakukan oleh tim dalam melakukan pengabdian adalah sebagai berikut:

- a. Tahap I (Observasi Lapangan)

Pada tahap ini Tim pengabdian melakukan kegiatan observasi lapangan yaitu di Kelurahan Ipuh mandiangin Kota Bukittinggi sebagai lokasi sosialisasi.

- b. Tahap II (Kegiatan Perizinan)

Tim Pengabdian mengurus perizinan kepada lurah Ipuh Mandiangin Kota Bukittinggi sehubungan dengan kegiatan pengabdian yang akan dilakukan. Tim pengabdian juga memberikan gambaran tujuan dan manfaat dari kegiatan pengabdian yang akan dilaksanakan.

- c. Tahap III (Kegiatan edukasi dan pemeriksaan)

Kegiatan edukasi dan pemeriksaan kadar asam urat untuk lansia yang berada di Kelurahan Ipuh Mandiangin Kota Bukittinggi. Kegiatan dilakukan di Posyandu lansia Aster Ipuh Mandiangin Kota Bukittinggi.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian yang dilakukan terdiri dari beberapa tahapan kegiatan yaitu:

- a. Pembukaan dan pengarahan dari Lurah Ipuh Mandiangin
- b. Pemeriksaan dan pengukuran kadar asam urat lansia
- c. Penyuluhan tentang asam urat oleh tim farmakologi

Pada pembukaan dan pengarahan kegiatan pengabdian langsung diberikan oleh Lurah Ipuh Mandiangin. Pada kesempatan tersebut, Lurah Ipuh Mandiangin memberikan apresiasi yang setinggi tingginya kepada pihak kampus akan kepedulianya terhadap lansia yang berada di Kota Bukittinggi, khususnya Kelurahan Ipuh Mandiangin. Lurah juga sangat megapresiasi bentuk kegiatan yang dilakukan, terlebih dalam hal pemanfaatan tanaman pekarangan yang selama ini terabaikan, ternyata dapat dimanfaatkan untuk pengobatan. Selain itu, lurah juga berharap, kegiatan pengabdian seperti ini akan terus berkelanjutan dan menjadi program semesteran bagi akademi. Pada kesempatan tersebut, lurah juga berpesan, kiranya pengabdian dapat dilakukan secara bergantian, mengingat penyebaran lansia di Kota Bukittinggi cukup luas.

Pemeriksaan asam urat dilakukan kepada seluruh lansia yang sudah terdata sebelumnya yang dilakukan oleh kader posyandu. Selanjutnya masing-masing lansia diperiksa kadar asam uratnya oleh Tim dosen dibantu oleh mahasiswa dan kader posyandu. Disamping pemeriksaan, para lansia juga diberitahu perihal kadar asam urat masing-masing lansia, bagaimana kondisi asam uratnya masing-masing.

Setelah pemeriksaan asam urat, lansia selanjutnya diberikan penyuluhan tentang asam urat. Tim Farmakologi menjelaskan tentang penyakit asam urat, yang merupakan kondisi yang bisa menyebabkan gejala nyeri tak tertahankan, pembengkakan, serta adanya rasa panas di area persendian. Semua sendi di tubuh berisiko terkena asam urat, tetapi sendi yang paling sering terserang oleh asam urat adalah jari tangan, lutut, pergelangan kaki, dan jari kaki. Tim juga menjelaskan bahwa asam urat umumnya lebih mudah menyerang laki-laki, khususnya mereka yang berusia di atas 30 tahun.

Selain itu, tim farmakologi juga menjelaskan bahwa terdapat beberapa faktor yang menjadi penyebab datangnya penyakit asam urat, diantaranya:

1. Makanan yang mengandung purin seperti jeroan hewan, hidangan laut, dan daging merah.
2. Konsumsi secara berlebihan minuman dengan kadar gula tinggi dan minuman beralkohol.
3. Menggunakan obat-obatan tertentu seperti aspirin, obat penghambat enzim, sislospirin dan obat-obatan kemoterapi.
4. Mempunyai riwayat penyakit asam urat pada anggota keluarga.

Setelah penyampaian dari Tim farmakologi, dilanjutkan dengan pemaparan oleh tim Fitokimia yang memberikan penyuluhan tentang tanaman yang dapat digunakan untuk mengatasi asam urat. Sebagian besar tanaman obat asam urat tersebut bahkan sudah tumbuh liar di sekitar kita Tim Fitokimia mengajak dan mensosialisasikan, kiranya dari sekarang dicoba untuk menanam dan membudidayakan tanaman-tanaman herbal tersebut sebagai stok obat cadangan. Beberapa tanaman yang disampaikan oleh Tim Fitokimia terkait untuk pengobatan asam urat diantaranya:

1. Kunyit

Kunyit (*Curcuma domestica*) merupakan tanaman obat asam urat berkhasiat tinggi yang telah digunakan sejak zaman dahulu. Tanaman ini merupakan tanaman asli Asia Tenggara ini cukup mudah ditemukan karena sering dijadikan bumbu masakan di rumah rumah. Kunyit mampu menyembuhkan asam urat karena mengandung zat anti-inflamasi yang dapat mengurangi pembengkakan atau peradangan yang diakibatkan oleh kelebihan purin (Herliana, 2013).

2. Sambiloto

Sambiloto juga merupakan tanaman yang sudah tidak asing lagi bagi masyarakat Indonesia. Tanaman dengan nama latin *Andrographis paniculata* ini telah dipergunakan oleh bangsa Indonesia secara turun temurun untuk mengobati berbagai macam penyakit, salah satunya asam urat. Untuk pengobatan asam urat lebih kurang 10-15 lembar daun sambiloto, direbus sampai mendidih dan air rebusanya diminum. Sambiloto mengandung berbagai senyawa aktif

metabolit sekunder seperti flavonoid, alkane, kalium, natrium, dan kalsium, dimana senyawa-senyawa penting tersebut diketahui menjadi sumber utama untuk menangkal penyakit asam urat.

3. Jahe Merah

Jahe merah tidak hanya dikenal sebagai pengobat penyakit asam urat, tetapi juga dapat dimanfaatkan untuk mengobati berbagai penyakit lainya. Disebabkan efek samipinya yang jarang dialporkan, maka jahe merah ini dapat dikonsumsi setiap hari sebagai penambah stamina dan penguat tubuh dari berbagai serangan penyakit. Untuk mengatasi asam urat, jahe merah dapat dikonsumsi dengan cara meminum air rebusan dari jahe merah itu sendiri.

4. Kumis Kucing

Kumis kucing dapat dijumpai hamper diseluruh wilayah Indonesia karena tanaman ini dipercaya juga dapat menyembuhkan asam urat karena mengandung senyawa fenolat yang berperan dalam mengobati asam urat. Kandungan zat aktif dari kumis kucing dapat menjadi sumber anti-inflamasi dan antioksidan penting untuk menangkal asam urat. Untuk mengatasi asam urat dapat digunakan 10 lembar daun kumis kucing, direbus, dan kemudian air rebusannya diminum setiap hari secara rutin.

5. Daun Seledri

Daerah Sumatera Barat merupakan daerah penghasil sayur sayuran yang cukup banyak dan salah satunya adalah seledri. Tanaman ini sudah sejak zaman dahulu digunakan oleh masyarakat dalam mengatasi berbagai keluhan. Belakangan, pamor daun seledri sebagai tanaman obat kembali naik ke permukaan setelah munculnya tren konsumsi jus seledri sebagai minuman sehat. Beberapa kandungan utama dari daun seledri adalah folate, potasium, vitamin B6, vitamin C, dan vitamin K. Beberapa senyawa tersebut juga dipercaya mampu menyembuhkan asam urat secara efektif.

6. Daun Salam

Tanaman ini umumnya dikenal oleh kaum ibu sebagai bumbu penyedap masakan. Daun salam diketahui mengandung banyak antioksidan seperti tanin dan flavonoid yang dapat menjaga kesehatan ginjal dan darah dari bahaya asam urat. Selain itu, daun salam juga mengandung zat aktif pathenolide yang bekerja sebagai anti-inflamasi untuk menyembuhkan peradangan, seperti asam urat.

Berikut juga di tampilkan beberapa foto yang berhasil didokumentasikan oleh tim terkait kegiatan pengabdian.

1. Pendaftaran peserta untuk pemeriksaan kadar asam urat



Gambar 1. Pendataan dan pendaftaran peserta pemeriksaan asam urat

2. Pemeriksaan kadar asam urat urat



Gambar 2. Pemeriksaan kadar asam urat lansia oleh tim pengabdian

3. Penyuluhan tentang asam urat dan pemanfaatan tanaman



Gambar 3. Penyuluhan tentang asam urat dan penggunaan tanaman sebagai pengobatan asam urat

Hasil pengabdian pada Posyandu Lansia “Aster” Ipuh Mandiangin memberikan dampak perubahan yang signifikan. Sebelum dilaksanakannya penyuluhan, belum ada budidaya tanaman obat untuk pengobatan asam urat. Setelah tim melaksanakan kegiatan, terlihat, disekeliling posyandu sudah mulai ditanami tumbuhan obat yang dapat dipergunakan dalam pengobatan. Begitu juga dengan adanya peningkatan animo para lansia dalam mengontrol dan memeriksa kadar asam uratnya sesuai dengan jadwal yang dilaksanakan oleh Posyandu.

4. KESIMPULAN

Pelaksanaan penyuluhan sebagai salah satu program pengabdian berjudul “Penyuluhan tentang Asam urat dan Pemeriksaan asam urat di Posyandu Lansia “Aster” Ipuh Mandiangin, Kota Bukittinggi” telah terlaksana dengan baik dan mendapatkan respon yang baik dari peserta, pemerintah setempat dan puskesmas serta kader kesehatan (Posyandu). Edukasi tentang asam urat dan edukasi menggunakan tanaman obat dalam mengatasi asam urat dapat mencegah dan mengurangi keluhan tentang asam urat terutama lansia. Pelaksanaan kegiatan yang dilaksanakan

oleh Tim Pengabmas pada Posyandu lansia ini merupakan suatu kegiatan yang sangat positif dan perlu dikembangkan, sehingga diharapkan lansia mampu menjaga pola makan dan pola pikirnya dalam menanggulangi derita asam urat.

DAFTAR PUSTAKA

- Price, Sylvia Anderson. (2006). *Patofisiologi: Konsep Klinis Proses-Proses Penyakit* (Vol.1) (Ed.6). Jakarta: EGC Medical Publisher
- Setiadi. (2007). *Anatomi dan Fisiologi Manusia*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Suratun. (2008). *Asuhan Keperawatan Klien Gangguan Muskulokletal*. Cet. 1. Jakarta: EGC
- Syaifiddin. (2006). *Anatomi Fisiologi Untuk Mahasiswa Keperawatan*. Ed.3; Cet. 1. Jakarta: EGC
- Herliana. (2013). *Penyakit Asam Urat Kandas Berkat Herbal*. Jakarta: Fmedia.
- Jordan et al. (2007), *Rheumatology Guideline for the Management of Gout*. The British Society for Rheumatology
- Kemendes RI. (2014). Pusat Data dan Informasi kemendes RI. Situasi dan analisis lanjut usia.
- Liebman et al. (2007). Uric Acid Nephrolithiasis, *Current Rheumatology Reports*. 9(3). pp. 251-257
- Muwarni (2010). *Gerontik Konsep Dasar Dan Asuhan Keperawatan Home Care Dan Komunitas*. Yogyakarta: Fitramaya
- Tehupeiory, ES (2006). *Arthritis Gout dalam Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam*. FKUI. Jakarta pp. 1208-1210
- Simbolon dkk, (2019). Pendidikan Kesehatan tentang asam urat pada masyarakat Tigabinanga Kabupaten Karo, Sumatera Utara. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Pada Masyarakat*. 2(2)